

COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN PADA

SANTRIWATI BARU PPIM

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi dan Fakultas Agama Islam

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mencapai Derajat Sarjana

(S-1) Psikologi dan Pendidikan Agama Islam



Oleh :

MITHA SARI SUMAYYAH

F 100 090 103 / G 000 090 207

TWINNING PROGRAM

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN FAKULTAS AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2014

COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN PADA

SANTRIWATI BARU PPIM

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Fakultas Agama Islam

Universitas Muhammadiyah Surakarta

untuk Memenuhi sebagian Persyaratan dalam Mencapai Derajat Sarjana

(S-1) Psikologi dan Pendidikan Agama Islam



Oleh :

MITHA SARI SUMAYYAH

F 100 090 103 / G 000 090 207

TWINNING PROGRAM

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN FAKULTAS AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2014

COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN PADA

SANTRIWATI BARU PPIM

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Fakultas Agama Islam

Universitas Muhammadiyah Surakarta

untuk Memenuhi sebagian Persyaratan dalam Mencapai Derajat Sarjana

(S-1) Psikologi dan Pendidikan Agama Islam

Oleh :

MITHA SARI SUMAYYAH

F 100 090 103 / G 000 090 207

TWINNING PROGRAM

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN FAKULTAS AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2014

COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN PADA

SANTRIWATI BARU PPIM

Yang Diajukan Oleh

Mitha Sari Sumavyah

F 100 090 103 / G 000 090 207

Telah Disetujui untuk Dipertahankan di depan dewan penguji skripsi

Fakultas Psikologi dan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah

Surakarta

Telah Disetujui Oleh

Pembimbing I



Dra. Partini, M.Si.

Pembimbing II



Dra. Chusniatun, M.Ag.

Tanggal 19 September 2014

**COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN PADA
SANTRIWATI BARU PPIM**

Yang Diajukan Oleh

MITHA SARI SUMAYYAH

F 100 090 103 / G 000 090 207

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 11 Oktober 2014

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

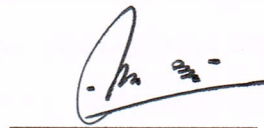
Penguji Utama

Dra. Partini, M.Si.



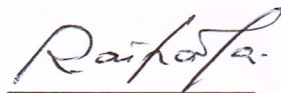
Penguji Pendamping I

Dra. Chusniatun, M.Ag.



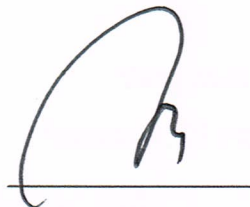
Penguji Pendamping II

Permata Ashfi Raihana, S.Psi, M.A.



Penguji Pendamping III

Dra. Mahasri Shobahiya, M.Ag.



Surakarta, 19 November 2014

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi



Fakultas Agama Islam

Dekan,



SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mitha Sari Sumayyah

NIM : F 100 090 103 – G 000 090 207

Fakultas : Psikologi - Agama Islam

Jurusan : Psikologi - Tarbiyah

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : *COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN*
PADA SANTRIWATI BARU PPIM

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Yang Menyatakan,

Surakarta, 19 September 2014



(Mitha Sari Sumayyah)

F100090103/G000090207

MOTTO

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ
الصَّابِرِينَ.

Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.

(QS. Al Baqarah :155)

... فَصَبِرْ جَمِيلٌ ...

...maka hanya bersabar itulah yang terbaik (bagiku)...

(QS. Yusuf : 18)

لَا يُنْجِزُ الْأَعْمَالُ إِلَّا الْمُشْغُولُونَ

Tidak akan berhasil suatu pekerjaan kecuali untuk orang yang sibuk.

(Hassan Al Banna)

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati, karya ini penulis persembahkan untuk:

- ♥ **Abah dan Ummy**, yang senantiasa mencurahkan cintanya tanpa henti dan tanpa lelah menyelipkan do'a untuk penulis dalam setiap sujud, serta selalu mendukung penulis dalam tiap langkah hidup.
- ♥ **Mas & adik-adik**, yang selalu mewarnai hidup penulis dan berbagi suka dan duka kisah hidup.
- ♥ **Keluarga Lek Majid & Bulek Uke**, yang memberikan naungan penuh cinta, semoga Allah membalas berkali lipat.
- ♥ **Kakak**, untuk setiap waktu dan dukungan yang tak pernah henti.

KATA PENGANTAR



السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Alhamdulillah *robbil 'alamin*, puji syukur penulis panjatkan kepada Sang Pemberi Kehidupan Allah SWT atas segala karunia-Nya serta nikmat iman dan nikmat sehat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul *COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN PADA SANTRIWATI BARU PPIM*. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada sebaik-baik teladan, Rasulullah SAW.

Penulis adalah mahasiswi *twinning prograde* Psikologi-Tarbiyah dengan konsentrasi studi di bidang psikologi pendidikan Islam. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi dan Sarjana Pendidikan Islam. Sebagian besar isi skripsi ini mengangkat teori-teori psikologi dan pendidikan Islam.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa karya ini tidak akan selesai tanpa bantuan, bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Taufik, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan izin penelitian.
2. Dr. M. Abdul Fattah Santoso, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan izin penelitian.
3. Dra. Partini, M.Si. selaku pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu dengan keikhlasan dan ketulusan dalam membimbing dan membantu memberi masukan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Dra. Chusniatun, M.Ag. selaku pembimbing II, atas segala keikhlasan, kesabaran, dan waktu yang diberikan dalam membimbing penelitian ini.
5. Permata Ashfi Raihana, S.Psi, M.A. selaku penguji I dan Dra. Mahasri Shobahiya, M.Ag. selaku penguji II yang telah memberikan masukan, saran, dan perbaikan kepada penulis sehingga dapat menjadikan skripsi ini lebih baik.
6. Dra. Sri Lestari, S.Psi, M.Si. dan Dra. Chusniatun, M.Ag. selaku pembimbing akademik yang telah membantu mengarahkan penulis selama masa studi.
7. Seluruh pengajar di Fakultas Psikologi dan Fakultas Agama Islam yang dengan ikhlas telah membagi ilmu dan pengalaman kepada seluruh peserta didik, semoga bermanfaat hingga akhir hayat.

8. Ustadz Ibnu Chanifah selaku kepala sekolah Pondok Pesantren Islam Al Mukmin, ustadz Mulyono selaku wakil kepala sekolah bidang administrasi, terima kasih atas izin yang diberikan. Ustadzah Ummah, ustadzah Umi Nurhayati, dan seluruh ustadzah pengasuh asrama Dar Ar Rahmah, terima kasih telah banyak memberi bantuan selama pelaksanaan penelitian. Serta para informan, terima kasih atas kesediaan dan kerja sama selama pelaksanaan penelitian.
9. Abah M. Solikhin A.S. dan Ummy Muthmainnah Suharto, yang selalu melantunkan doa di setiap sujud panjang untuk kesuksesan penulis di dunia dan akhirat, yang selalu mendukung tiap langkah penulis meniti kehidupan dalam suka dan duka, yang tak pernah lelah melimpahkan cinta dan kasih sayang dengan caranya yang terkadang tidak penulis pahami. Jarak menjadi saksi cinta kita, *i love you, ahebbak, uhibbukuma fiillahi*.
10. Mas R.A. Faruqi yang selalu bersedia menjadi teman diskusi. Adik-adikku Azka Khotuna U.K., Batul Wafiyya, A. Akrom Jundi, dan Amjad Mamdukh Fauzi, terkadang kita penuh canda, terkadang kita bertengkar, terkadang kita menangis bersama. Terima kasih untuk selalu ada dalam tiap suka dan duka hidup. *That's what make our sibling relation getting stronger more and more*. Semoga kita selalu menjadi penyejuk hati abah dan ummy dan menjadi anak soleh solehah pembuka jalan surga mereka berdua. *Allahumma aamiin*.
11. Keluarga lek M. A. Majid A. dan bulek Sukemi, yang memberikan penulis naungan penuh cinta, bimbingan, dan arahan dengan ikhlas. Semoga Allah membalasnya dengan berkali lipat. Bocil-bocil, M. Fazha F. Faishal Majid, Asa Nisrina Rosyada Majid, M. Rafa A. L. Fatha Majid, yang memberikan keceriaan kepada penulis. Terima kasih atas kenangan bersama yang tidak akan pernah dilupakan penulis. *Jazakumullah khoiron katsiron*.
12. Kak Faqih Purnomo Sidi, yang tak pernah lelah mendukung penulis untuk selalu menjadi lebih baik dan membuat hidup lebih berwarna. Terima kasih selalu bersabar atas penulis.
13. Sahabat-sahabatku 'Kawan Sehati', Izzah Rosyidah, Navidatul Jannah, Istiqomah, Wasilatun Mahmudah, Yuli Wulan Sari atas do'a dan dukungannya.
14. Teman-teman seperjuangan *twinning proggrame* 2009, Siti Aisyah, Arini'L Haq, Muthmainnah Hasyim, Akhid Rifqi, bang Freddy Al Husein atas dukungan yang tak terhingga selama menempuh masa studi. Percayalah di balik perjuangan keras kita ini, Allah memberikan hadiah yang terindah. Sesudah kesulitan ada kemudahan.
15. Teman-teman di fakultas Psikologi, mbak Anisa Rohmati Farihatin, mbak Novie Kuriniawati, mbak Rizqy Isnaeni Fajri, mbak Farida, teh Aniq

Hudiyah, mas Faruq, mbak Syarifatun, Yulia Dewi, Lia Sopiyan, Ayu Kurnia, Pralayar, Intan Mayangsari, Riski Septifani, Peny Septiana. Terima kasih atas dukungannya.

16. Teman-teman seperjuangan di perpustakaan Fakultas Psikologi dan MUEC UMS.
17. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih untuk segala bentuk dukungan yang telah diberikan.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala senantiasa mencurahkan limpahan rahmat-Nya. Penulis berharap semoga karya ini dapat menjadi manfaat bagi semua pihak.

و السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Surakarta, 19 September 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
BAB II. LANDASAN TEORI.....	9
A. Stres.....	9
1. Pengertian Stres.....	9

2. Sumber Stres	11
3. Gejala Stres	16
4. Faktor Stres	17
B. Coping Stres	18
1. Pengertian <i>Coping</i> Stres	18
2. Strategi <i>Coping</i> Stres	19
3. Aspek <i>Coping</i> Stres	22
4. Faktor <i>Coping</i> Stres	25
5. Proses <i>Coping</i> Stres	26
6. <i>Coping</i> Stres dalam Islam	27
C. Santri	30
D. <i>Coping</i> dengan <i>Stressor</i> Konflik antar Teman pada Santriwati Baru PPIM	33
E. Pertanyaan Penelitian	36
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Identifikasi Gejala Penelitian	37
B. Definisi Operasional Gejala Penelitian	37
C. Informan Penelitian	38
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	39
E. Uji Keabsahan Data	41
F. Metode Analisis Data	42
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Persiapan Penelitian	44

1. Orientasi Lapangan	44
2. Persiapan Administrasi	48
B. Pengumpulan Data	49
1. Prosedur Pengumpulan Data	49
2. Jadwal Pengumpulan Data	51
C. Hasil Analisis Data	52
D. Pembahasan	80
BAB V. PENUTUP	85
A. Kesimpulan	85
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	89

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Guide Wawancara	40
Tabel 2. Lokasi Santri	44
Tabel 3. Kegiatan Santriwati Asrama Darur Rohmah	46
Tabel 4. Jadwal Rutin Kegiatan Santriwati	47
Tabel 5. Karakteristik Informan Penelitian	50
Tabel 6. Pelaksanaan Wawancara 1 dan Observasi	51
Tabel 7. Pelaksanaan Wawancara 2 dan Observasi	52
Tabel 8. Hasil Wawancara Informan 1 (SB)	53
Tabel 9. Hasil Wawancara Informan 2 (VI)	56
Tabel 10. Hasil Wawancara Informan 3 (ST)	59
Tabel 11. Hasil Wawancara Informan 4 (NM)	62
Tabel 12. Hasil Wawancara Informan 5 (U)	64
Tabel 13. Hasil Wawancara Informan 6 (NAI)	67
Tabel 14. Kategorisasi Hasil Penelitian	71
Tabel 15. Hasil Analisis Data	76
Tabel 16. Kategori <i>Coping</i> Informan	77

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Pemicu Stres pada Santri	6
Gambar 2. <i>Coping</i> Stres pada Santri	7
Gambar 3. Proses <i>Coping</i> Stres	24

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
LAMPIRAN ANGKET PENELITIAN AWAL	89
LAMPIRAN JAWABAN ANGKET PENELITIAN AWAL	91
LAMPIRAN VERBATIM	104
LAMPIRAN SURAT PENELITIAN	153

ABSTRAK

COPING DENGAN STRESSOR KONFLIK ANTAR TEMAN PADA SANTRIWATI BARU PPIM

Mitha Sari Sumayyah

**Fakultas Psikologi dan Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Surakarta**

Hasil penelitian awal menunjukkan pemicu stres pada santriwati baru PPIM adalah faktor pendidik 2,27%, kegiatan yang padat 2,27%, peraturan yang ketat 6,81%, melanggar peraturan 15,90%, *homesick* 11,36%, faktor teman 45,45%, kesulitan pelajaran 6,81%, kesulitan membagi waktu 4,54%, dan 4,54% jawaban informan tidak sesuai dengan maksud pertanyaan. Cara yang digunakan santri untuk mengatasi stres yaitu: *sharing* 9,09%, mencari dukungan sosial 4,54%, berdo'a 11,36%, menghibur diri 6,81%, berbuat lebih baik 20,45%, mengabaikan permasalahan 9,09 %, sabar 9,09%, merubah sikap 22,72%, dan 4,54% jawaban informan tidak sesuai dengan maksud pertanyaan.

Hasil penelitian menunjukkan dinamika *coping* stres santriwati baru berdasarkan surat Al Insyirah ayat 1-7, yaitu *positive thinking*, *positive acting*, *positive hoping*. *Positive thinking* diaplikasikan informan dengan baik sangka (*khusnudzon*), mengendalikan amarah, mengingat kebaikan teman, menganggap sindiran sebagai motivasi untuk lebih akrab dengan teman, dan mengabaikan masalah. *Positive acting* berupa penyelesaian masalah dan hasil. Penyelesaian masalah dilakukan dengan berbicara langsung pada teman, mendekati dan menegur teman, mengabaikan masalah, menceritakan masalah pada orang tua, dan ada pula informan yang tidak tahu cara untuk menyelesaikan masalahnya. Adapun hasil dari *coping* adalah perubahan sikap pada teman dan juga pada informan. *Positive hoping* berupa harapan dan efektivitas hasil. Harapan informan terhadap *coping* yang dilakukan adalah adanya perubahan sikap pada teman dan kembali berteman seperti sedia kala. Efektivitas hasil *coping* berupa tiga informan dapat mengatasi dan menyelesaikan masalah, dua informan dapat mengatasi masalah namun belum dapat menyelesaikannya, satu informan tidak dapat mengatasi dan menyelesaikan masalah.

Kata kunci : *Coping Stres, Positive Thinking, Positive Acting, Positive Hoping, Santriwati.*